

|                                                                                                                          |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----|----|------|----|----|----------|-----|----|----|---|
| 2020年度 日本工学院八王子専門学校                                                                                                      |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| スポーツ健康学科 テニスコース                                                                                                          |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| キャリアアップセミナーE                                                                                                             |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 対象                                                                                                                       | 2年次           | 開講期 | 通年 | 区分   | 選※ | 種別 | 講義       | 時間数 | 15 | 単位 | 1 |
| 担当教員                                                                                                                     | セミナー開催協会講師    |     |    | 実務経験 | 有  | 職種 | スポーツ関連業界 |     |    |    |   |
| 授業概要                                                                                                                     |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 資格取得のための短期講座。短期講座を受講、終了後にテスト受け合格をすると資格取得が可能。                                                                             |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 到達目標                                                                                                                     |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 「仕事に就く」「健康に関わる」「指導する」ことを見据え、資格や特殊技術を取得することで個々のレベルアップを目標とします。また、資格を取得することで就職、各種実習などの選択の幅を広げ、個人が活躍するためのキャリアアップにつなげる事も目標です。 |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 授業方法                                                                                                                     |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 資格取得のための短期講座。短期講座を受講、終了後にテストを受け合格をすると資格取得などが可能。シラバス「キャリアアップセミナーE～H」に関連講座を記載しています。                                        |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 成績評価方法                                                                                                                   |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| テストの合格で資格取得。                                                                                                             |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 履修上の注意                                                                                                                   |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 一回の欠席でも資格取得は不可能になります。講習中は指導員の指示に従い、身勝手な行動は絶対に取りやめさせていただきます。身勝手な行動等を起こし他人に迷惑をかけるような者は単位取得を認めません。                          |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 教科書教材                                                                                                                    |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| セミナー、資格ごとに配布                                                                                                             |               |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 回数                                                                                                                       | 授業計画          |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 第1回                                                                                                                      | ストレッチングとは     |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 第2回                                                                                                                      | 機能解剖学とストレッチング |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |
| 第3回                                                                                                                      | ケガとストレッチングの関係 |     |    |      |    |    |          |     |    |    |   |

|                     |                 |
|---------------------|-----------------|
| 2020年度 日本工学院八王子専門学校 |                 |
| スポーツ健康学科 テニスコース     |                 |
| キャリアアップセミナーE        |                 |
| 第4回                 | 安全なストレッチングとは    |
| 第5回                 | スタティックストレッチングとは |
| 第6回                 | ストレッチングの指導      |
| 第7回                 | 下肢のストレッチング指導    |
| 第8回                 | 下肢のストレッチング指導    |
| 第9回                 | 下肢のストレッチング指導    |
| 第10回                | 下肢のストレッチング指導    |
| 第11回                | 上肢のストレッチング指導    |
| 第12回                | 上肢のストレッチング指導    |
| 第13回                | 上肢のストレッチング指導    |
| 第14回                | 上肢のストレッチング指導    |
| 第15回                | 体幹のストレッチング指導    |